

ABSTRAK

Dimas Tegar Mahardhika. **PROFIL TINGKAT KESEGERAN JASMANI DAN KETRAMPILAN TEKNIK HANPAL OBO MECHIGI PADA TIM PORPROV 2018 KOTA SURAKARTA CABOR YONGMOODO.** Skripsi, Surakarta : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret, Desember 2018.

Tujuan penelitian ini untuk Alasan yang mendasarinya adalah karena dalam penelitian ini yang mengambil masalah tentang bagaimana kemampuan kesegaran jasmani, terampil dan tidaknya atlet melakukan teknik, Bagaimana kelemahan kesegaran jasmani atlet, dan bagaimana peluang dan hambatan pada tim PORPROV Yongmoodo Kota Surakarta tahun 2018 di Surakarta.

Penelitian ini menggunakan metode diskriptif kualitatif dengan pendekatan kualitatif Partisipasi lengkap dengan metode pengumpulan data triangulasi. Sumber data diperoleh dari tes kesegaran jasmani dan keterampilan Atlet yang berjumlah 11 atlet. Tehnik analisis data dengan diskriptif kualitatif yang didasarkan pada analisis *judgment expert* dan analisis SWOT.

Hasil penelitian ini adalah untuk tingkat kesegaran jasmani atlet PORPROV tahun 2018 Kota Surakarta cabor yongmoodo dengan jumlah keseluruhan sebelas atlet, memiliki prosentase kesegaran jasmani berikut ini : 1. Pada tingkat sempurna terdapat 4 atlet dengan prosentase 36%, 2. Pada tingkat baik sekali terdapat 1 atlet dengan prosentase 10%, 3. Pada tingkat baik terdapat 2 atlet dengan prosentase 18%, 4. Pada tingkat cukup terdapat 1 atlet dengan prosentase 11%. 5. Pada tingkatan jelek terdapat 3 atlet dengan prosentase 24%. Kemampuan teknik *hanpal obo mechigi* untuk atlet perempuan menurut ketiga ahli menilai kurang terampil. Kemampuan kesegaran jasmani atlet Yongmoodo memiliki kelemahan pada komponen kelincahan dengan rata – rata 100% laki – laki dan perempuan, daya tahan *aerobic* dengan rata – rata atlet terbanyak 75% jelek untuk perempuan, 28,6% untuk laki – laki, Kecepatan dengan rata – rata tlet terbanyak 28,6% laki – laki 50% perempuan. interpretasi penilaian jelek, dilihat dari indek dalam analisis SWOT penelitian ini, pengelolaan organisasi cabor masih kurang baik berdasarkan indek hasil ada 9 aspek kelemahan antara lain (Struktur, rencana kerja, data prestasi), pembinaan prestasi mendapatkan nilai jelek berdasarkan indek hasil 17 aspek kelemahan antara lain dari (aspek teknis, Kualifikasi pelatih, prestasi pelatih, prestasi atlet, tata cara penunjukan atlet), unsur pendukung cukup baik berdasarkan indek hasil 6 aspek kekuatan dari indek (sarana dan prasarana, kerjasam dengan instansi lain). Menurut hasil penelitian cabor memiliki peluang terbanyak dalam aspek pembinaan prestasi, dengan jumlah aspek 7 aspek dan kelemahan cabor paling lemah dalam unsur pembinaan prestasi dengan mendapatkan 17 aspek dalam indek.

Simpulan penelitian ini adalah Profil Tingkat Kesegaran Jasmani dan Ketrampilan Teknik Hanpal Obo Mechigi Pada Tim PORPROV 2018 Kota Surakarta Cabor Yongmoodo memiliki kualitas kesegaran jasmani yang jelek dan kurang terampil dalam melakukan teknik menurut para ahli.

Kata Kunci : Kesegaran Jasmani, Keterampilan